




முத்ரா விதானம்

முத்ராவிதானம்

मुद्राविधानम्

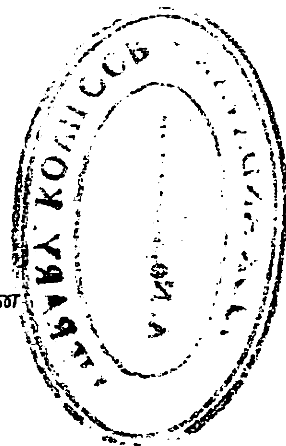
தொகுப்பாசிரியர்
"அண்ணா"





ஸ்ரீராமகிருஷ்ண மடம்
மயிலாப்பூர் :: சென்னை-4

வெளியிடுபவர்:
தலைவர்
ஸ்ரீராமகிருஷ்ண மடம்
மயிலாப்பூர், சென்னை 600 004



VI-2M 3C-4-2003
ISBN 81-7120-261-6

அச்சிட்டோர்:
ஸ்ரீராமகிருஷ்ண மடம் அச்சகம்
மயிலாப்பூர், சென்னை 600 004

முத்ராவிதானம்
:: मुद्राविधानम् ::

उपोद्घातः

मोदनात् सर्वदेवानां
द्रावणात् पापसन्ततेः ।
तस्मात् मुद्रेति सा ख्याता
सर्वं कामार्थ-साधनी ॥ १ ॥

अथ मुद्राः प्रवक्ष्यामि सर्वतन्त्रेषु कल्पिताः ।
याभिरर्चिताभिश्च मोदन्ते मन्त्रदेवताः ॥ २ ॥

अर्चने जपकाले च ध्याने काम्ये च कर्मणि ।
स्नाने चावाहने शंखे प्रतिष्ठायां च रक्षणे ॥ ३ ॥

नैवेद्ये च तथान्यत्र तत्तत् कल्प प्रकाशिते ।
स्थाने मुद्राः प्रद्रष्टव्याः स्वस्वलक्षण-लक्षिताः ॥४॥

முன்னுரை

(1) எல்லா தேவர்களையும் மகிழ்விப்பதாலும் பாவத் தொடர்பைப் போக்குவதாலும் (மோதனாத் த்ராவணாத்) முத்திரை என்று சொல்லப் படும். அது எல்லாக் காமங்களையும் அர்த்தங்களையும் கூட்டுவிப்பதாகும்.

(2) தந்திரங்களில் எல்லாம் கற்பிக்கப் பட்ட முத்திரைகளை இனி கூறுவோம். அவைகளைக் காட்டுவதால் மந்திர தேவதைகள் பிரீதியடைவார்கள்.

(3-4) அர்ச்சனை, ஜபம், தியானம் முதலியவற்றிலும் காமிய கருமங்களிலும், ஸ்நானம் ஆவாஹனம் சங்கப் பிரதிஷ்டை, ரக்ஷணம் நைவேத்யம் இன்னும் பிறவற்றிலும் அந்தந்தக் கல்பங்களில் கூறப்பட்ட முத்திரைகளை உரிய ஸ்தானங்களில் உரிய லக்ஷணங்களுடன் கண்டு கொள்ளவேண்டும்

பொருளடக்கம்

मुद्राविधानम् ॥ १२ ॥

முத்ராவிதானம்

गुरुवन्दन मुद्राः ॥ १ ॥

1. குருவந்தன முத்திரைகள்

१. सुमुखम्

विकसित-कल्प उत्तानांजलि-सुमुखम् ।

ஸுமுகம்

அஞ்ஜலியாகச் சேர்த்த இரு கைகளையும் மேல் நோக்கி மலர்த்திப் பக்க வாட்டில் சேர்த்து நீட்டி உயர்த்திப் பிடித்தல் ஸுமுகம்.

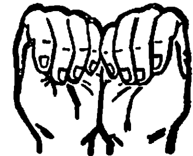


२. सुवृत्तम्

विकसित-कल्प उत्तानांजलि-मुष्टिकृतं सुवृत्तम् ।

ஸுவ்ருத்தம்

மேற்கூறியபடி நீட்டிய விரல்களை முஷ்டியாக மடக்கினால் ஸுவ்ருத்தம்.

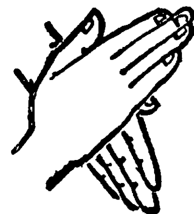


३. चतुरश्रम्

ऊर्ध्वाधः स्थितयोः अंगुलीनां मिथो मणिबन्ध-संबन्धं चतुरश्रम् ।

சதுரச்ரம்

மேல் நோக்கியும் கீழ் நோக்கியும் கைகளை விரித்து விரல்களை மணிக்கட்டுகளுடன் சேர்த்தால் சதுரச்ரம்.



४. मुद्गरः

अधरोत्तरस्य वामदक्ष मुष्टि-युगस्य स्वाभिमुख्येन योजने मुद्गरः ।

முத்கரம்

கட்டை விரல்களை நீட்டி இடது முஷ்டிமேல் வலது முஷ்டியை வைத்துத் தன்னை நோக்கிப் பிடித்தல் முத்கரம்.



யோனி

५. योनि,

तिर्यङ् मिलिताग्रयोः मध्य-मयोः पश्चात् ऊर्ध्वाधः स्थिते वाम दक्षानामिके तिरः प्रसारिते तर्जनीभ्यां निपीड्य वामं कनिष्ठां दक्षिणया धृत्वा अंगुष्ठाग्रयोः मध्यमा पुरो मध्यपर्वद्वय संबन्धे योनिः ।

மடக்கிய வலது இடது நடுவிரல்களின் மேல் வைத்து இடது வலது பவித்ரவிரல்களை ஆள் காட்டி விரல்களால் பிடித்துக் கொண்டு இடது சுண்டு விரலை வலது சுண்டுவிரலால் பிடித்துக் கொண்டு கட்டைவிரல் நுனிகளை நடுவிரல்களின் நடுப்பருவங்களில் சேர்த்துப் பிடித்தல் யோனி முத்திரை.



६. मृगी

मिलितानामिका अंगुष्ठं मध्यमाग्रे नियोजयते । श्लिष्टांगुल्युच्छ्रिते कुर्यात् मृगमुद्रेयमीरिता ॥

ம்ருகீ

இருகைகளின் கட்டைவிரல் நடுவிரல் பவித்ர விரல்களை மடித்து நுனியில் சேர்த்து மற்ற விரல்களை மேல் நோக்கி நீட்டிப் பிடித்தல் ம்ருகீ முத்திரை எனப்படும்.



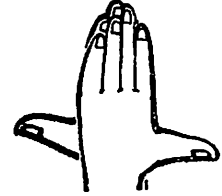
अर्घ्यस्थापन मुद्राः ॥ २ ॥

2. அர்க்க்யஸ்த்தாபன முத்திரைகள்

१. मत्स्यः — மத்ஸ்யம்

अधोमुख-प्रसारितं वामदक्ष-करतल-युग-मधरोत्तरं विधाय अंगुष्ठद्वय-चालने मत्स्यः ।

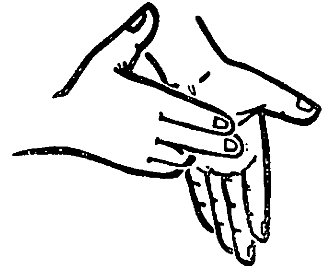
கீழ்முகமாக விரித்த வலது கைமேல் அவ்வாறே விரித்த இடது கையை வைத்துக் கட்டை விரல் களை மீன் சிறகுகளைப் போல் அசைத்து மற்ற விரல்களை அசையாமல் நீட்டி வைத்திருத்தல் மத்ஸ்யம்



२. अस्त्रम् — அஸ்த்ரம்

लक्ष्यमभितः छोटिकां दक्ष-मध्यमा-तर्जनीभ्यां अधिवामकर-तलं त्रिस्ताडने अस्त्रम् ।

லக்ஷ்யத்தைச் சுற்றிச் சிடிகை போட்டு வலது நடு விரல், ஆள் காட்டி விரல் களால் இடது கைத்தலத் தின் மேல் மூன்றுதரம் தட்டுதல் அஸ்த்ரம்



३. अवकुण्ठनम्

अधोमुखस्य दक्ष-वाम मुष्टि-द्वयस्य प्रसारितयोः तर्जन्योः स्वस्व भागमारभ्य क्रमेण लक्ष्यं परितः प्रादक्षिण्य वामावर्ताभ्यां परिभ्रमणे अवकुण्ठनम् ।

அவகுண்டனம்

இருகைமுஷ்டிகளைக் கீழ் நோக்கிவைத்து ஆள் காட்டி விரல்களை நீட்டி லக்ஷ்யத்தைச் சுற்றி தத்தம் பாகத்திலாரம்பித்து வலது விரலால் பிரதக்ஷிணமாகவும் இடது விரலால் அப்ரதக்ஷிணமாகவும் சுற்றுதல் அவகுண்டனம்.

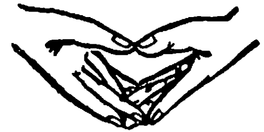


४. धेनुः

अभिमुख-मन्योन्य-ग्रथितानां दक्ष-वाम-करांगुलीनां क्रमेण कनिष्ठानामे तर्जनी मध्ये च संयोज्य अधोमुखी करणे धेनुः ।

தேனுः அம்ருதீகரணம்

இருகைவிரல்களையும் நேர்முகமாகக் கோத்துக் கொண்டு சுண்டு விரல்களைப் பவித்ர விரல்களுடனும் ஆள் காட்டிகளை நடு விரல்களுடனும் சேர்த்துக் கீழ் நோக்கிப் பிடித்தல் தேனு.

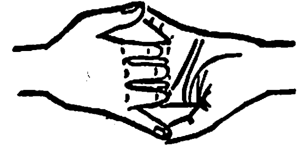


५. गालिनी

उत्तानस्य वामकरस्य मविरलं माकुंचितैः अनामा-मध्यमा-तर्जन्यग्रैः अधोमुखस्य दक्षस्य वक्रीकृत न तानि संयोज्य कनिष्ठांगुष्ठाग्राणां संबन्धे गलिनी ।

காலினீ

இடது கையை மேல் நோக்கி விரித்துப் பிடித்து வளைத்த பவித்ர விரல் நடுவிரல் ஆள் காட்டி களால் கீழ் நோக்கி எதிர்ப் புறமாய் வளைத்த வலது கையின் அதே விரல் களுடன் சேர்த்துச் சுண்டு விரல்களுடன் கட்டை விரல்களை அவ்வாறே சேர்த்தல் காலினீ. (விரல் களை வளைக்காமல் நேராகச் சேர்ப்பது ஸம்பிரதாய பேதம்.)



आवाहनादि मुद्राः ॥ ३ ॥

3. ஆவாஹநாதி முத்திரைகள்

१. आवाहनी

वितितोत्तान ऊर्ध्वाधो व्यापारितो अंजलिः आवाहनी ।

ஆவாஹனீ

கைகளைப் பக்கவாட்டில் அஞ்ஜலியாகச் சேர்த்து (பவித்ர விரல்களின் அடிப் பருவங்களைக் கட்டை விரல்களால் தொட்டுக் கொண்டு) மேலும் கீழும் அசைத்தல் ஆவாஹனீ.



२. संस्थापनी

वितितोत्तान न्युब्जांजलिः संस्थापनी ।

ஸம்ஸ்தாபனீ

மேற்கூறியதில் கைகளைக் கீழ் நோக்கிச் செய்வது ஸம்ஸ்தாபனீ.

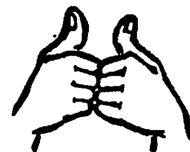


३. सन्निधापनी

उदंगुष्ठयोः मुष्ट्योरभिमुख-योगे सन्निधापनी ।

ஸந்நிதாபனீ

இருமுஷ்டிகளையும் அபிமுகமாகச் சேர்த்துக் கட்டை விரல்களை மேல் நோக்கிப் பிடித்தல் ஸந்நிதாபனீ.

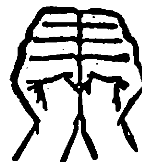


४. सन्निरोधिनी

उदंगुष्ठयोः मुष्ट्योरभिमुख-योगे अन्तःप्रविष्ट-अंगुष्ठमिथः स्पृष्टनखा सन्निरोधिनी ।

ஸந்நிரோதினீ

இருமுஷ்டிகளையும் அபிமுகமாகச் சேர்த்து கட்டை விரல்களை முஷ்டிகளுக்குள் நுழைத்து மற்ற நகங்கள் ஒன்றை யொன்று தொட்டுக் கொண்டிருத்தல் ஸந்நிரோதினீ.



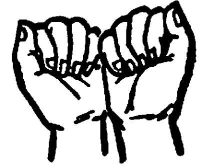
५. संमुखीकरणी

सन्निधापन्येव तिरःप्रयोजिता संमुखी करणी ।

ஸம்முகீகரணீ

ஸந்நிதாபனியில் கூறிய படி முஷ்டிகள் (நிமிர்த்து) பக்கவாட்டில் பிடிக்கப்படுவது ஸம்முகீகரணீ.

(முஷ்டிகள் கவிழ்த்துப் பக்கவாட்டில் பிடிப்பது ஸம்பிரதாய பேதம்)



६. वन्दनी

उर्ध्वांगुलिनोः करतलयोः जिनी वन्दनी ।

வந்தனீ

விரல்களை மேலே தூக்கி கரதலங்களை ஒட்டிச் சேர்த்துப் பிடித்தல் வந்தனீ.



७. तत्त्वमुद्रा

वामानामांगुष्ठ योगे तत्त्व मुद्रा ।

தத்வ முத்திரை

இடதுகை மோதிர விரலுடன் கட்டை விரலைச் சேர்த்தல் தத்வ முத்திரை.



८. चिन्मुद्रा

दक्षांगुष्ठ-तर्जनीयोगे चिन्मुद्रा ।

சின்முத்திரை

வலதுகைக் கட்டை விரலும் ஆள் காட்டியும் சேர்த்து மற்ற விரல்களை நீட்டி உயர்த்திப் பிடித்தல் சின்முத்திரை (இது ஞான முத்திரை எனவும் கூறப்படும்).



९. संहार (निर्याण) मुद्रा

अधो मुखे वामहस्ते उर्ध्वास्यं दक्षहस्तकम् क्षिप्त्वांगुलीरंगुलीभिः संग्रथ्य परिवर्जयेत्। एषा संहारमुद्रा स्यात् विसर्जनविधौ स्मृता ॥

ஸம்ஹார (அல்லது நிர்யாண) முத்திரை

இடது கையைக் கீழ் நோக்கிப் பிடித்து அதன் மேல் வலது கையை மேல் நோக்கி வைத்து விரல்களால் விரல்களைப் பிடித்துக் கொண்டு பரிவர்த்தனம் செய்தல் ஸம்ஹார முத்திரை (இடது கைமேல் நோக்கியும் வலது கை கீழ் நோக்கியும் வைத்துச்செய்வது ஸம்பிரதாயபேதம்.)



न्यास मुद्राः ॥ ४ ॥

4. நியாஸ முத்திரைகள்

१. मुखम्

संहताभिः चतसृभिः अंगुलीभिः मुखस्पर्शो मुखम् ।

முகம்

வலதுகை நான்கு விரல்களைச் சேர்த்து வாயைத் தொடுதல் முகம்.



२. करसंपुटम्

संपुटीकृतयोः करयोः मिथो अभिमुखप्रश्लेषे करसंपुटम् ।

கரஸம்புடம்

கரங்களை எதிர்முகமாக ஸம்புடம் போல் குவித்துப் பிடித்தல் கரஸம்புடம்.



३. अंजलिः

किंचिदाकुंचित-अंगुल्यग्रयोः स्वाभिमुखं करयोरन्योन्य-संबन्धे अंजलिः ।

அஞ்ஜலி

விரல்களின் நுனிகளைச் சற்று வளைத்துக் கரங்களைத் தனக்கு எதிராகச் சேர்த்துப் பிடித்தல் அஞ்ஜலி.



४. हृदयम्

तर्जनी-मध्यमा-अनामाग्रैः हृदय-स्पर्शो हृदयम् ।

ஹ்ருதயம்

வலது ஆள் காட்டி, நடு விரல், பவித்ரவிரல் ஆகியவற்றின் நுனிகளால் இருதயத்தைத் தொடுதல் ஹ்ருதயநியாஸம்.
(இருதயம் முதலிய ஷடங்க நியாஸத்திற்கு ஸகலீ கரணம் என்று பெயர்).



५. शिरः

मध्यमा-अनामाग्रयोः ब्रह्म-रन्ध्र संबन्धे शिरः ।

சிர:

வலது நடுவிரல் பவித்ர விரல் ஆகியவற்றின் நுனிகளால் தலை உச்சியைத் தொடுதல் சிரஸில் நியாஸம்.



६. शिखा

अंगुष्ठाग्र चूलीयोगे शिखा ।

சிகா

வலது கட்டை விரல் நுனியால் சிகையைத் (குடுமியை) தொடுதல் சிகா நியாஸம்.



௭. कवचम्

व्यत्यय हस्तयोः अधरोत्तरं वामहस्त दक्षकरयोःसर्वांगुलीभिः अंस-संबन्धे कवचम् ।

கவசம்

கைகளை மாற்றிவைத்து எல்லா வலது விரல்களாலும் இடது தோளையும் எல்லா இடது விரல்களாலும் வலது தோளையும் தொடுதல் கவசம்.



௮. नेत्रम्

तर्जनी-मध्यमया-अनामाग्रैः नेत्र-युग-मध्यस्पर्शे नेत्रम् ।

நேத்ரம்

ஆள்காட்டி விரல் நடு விரல் மோதிரவிரல் ஆகியவற்றின் நுனிகளால் இரண்டு கண்களையும் அவற்றின் நடுப்பிரதேசத்தையும் தொடுதல் நேத்ர நியாஸம்.

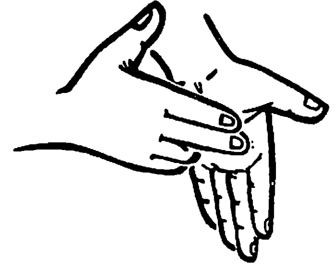


९. अस्त्रम्

लक्ष्यमभितः छोटिकां दत्वा दक्षमध्यम-तर्जनीभ्यां अधि वाम-करतलं (त्रिः)ताडने अस्त्रम् ।

அஸ்த்ரம்

தலையை (அல்லது லக்ஷியத்தை) சுற்றி விரல்களால் சொடுக்கி வலது நடுவிரல் ஆள் காட்டி விரல்களால் இடது உள்ளங்கை மேல் (மூன்று தடவை) தட்டுதல் அஸ்த்ரம்.



१०. न्यासमुद्रा

अंगुष्ठमिलितया अनामिकया (तत्तदंगस्पर्शो) न्यासमुद्रा ।

ந்யாஸ முத்திரை

கட்டை விரலுடன் சேர்ந்த பவித்ர விரல் நியாஸ முத்திரை. (அதனால் அந்தந்த அங்கங்களைத் தொட வேண்டும்)



श्रीविद्या दशमुद्राः ॥ ५ ॥

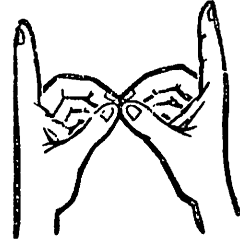
5. ஸ்ரீ வித்யா பத்து முத்திரைகள்

१. सर्वसंक्षोभिणी

उत्तानयोः करतलयोः प्रसारित तर्जनीकं संहृत कनिष्ठानामा-मध्यमाग्राणि अन्योन्य अभि-मुख्येन संयोज्य स्वस्वकनिष्ठोपरि अंगुष्ठाग्र संबन्धे सर्वसंक्षोभिणी ॥

ஸர்வஸம்க்ஷோபிணீ

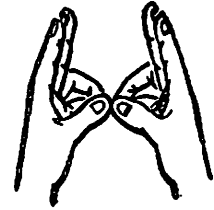
கைகளை உயர்த்தி ஆள் காட்டி விரல்களை நீட்டி வளைந்த சுண்டு விரல் நடு விரல் மோதிர விரல்களை எதிரெதிராகச் சேர்த்து அந்தந்தச் சுண்டு விரல் மேல் கட்டை விரலை வைத்தல் ஸர்வஸம்க்ஷோபிணீ (மற்றொரு ஸம்ப்ரதாயம்—வலது மோதிர விரலை இடது நடுவிரல் மத்ய பர்வாவிலும், இடது மோதிர விரலை வலது நடு விரல் மத்யபர்வாவிலும் சேர்த்து மற்றவை முன் போலவே).



२. सर्वविद्राविणी **ஸர்வவித்ராவிணீ**

सैव प्रसारित मध्यमा अपि सर्वविद्राविणी ।

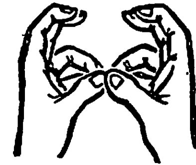
மேற் கூறியதில் நடு விரல்களையும் நீட்டிப் பிடித்தல் ஸர்வவித்ராவிணீ.



३. सर्वाकर्षिणी **ஸர்வாகர்ஷிணீ**

द्वयमेव मध्यमा तर्जन्योः आकुंचने सर्वाकर्षिणी ।

முன் ஸர்வவித்ராவிணீயில் கூறியதிலேயே நடு விரல்களையும் ஆள் காட்டி விரல்களையும் வளைத்தால் ஸர்வாகர்ஷிணீ



४. सर्ववशंकरी

परस्पर-ग्रथित अंगुलिस्पृष्ट नखाग्रांगुष्ठयोः योगे सर्व-वशंकरी ।

ஸர்வவசங்கரி

இருகைகளின் விரல்களையும் மடித்துக் கோத்துக் கொண்டு கைகளை மூடிக் கொள்ளவும். இரு கட்டை விரல்களையும் சேர்த்து நக நுனிகள் மற்ற விரல்களை அமுக்கும்படி முஷ்டிக்குள் வைத்துக் கொண்டால் ஸர்வவசங்கரீ.

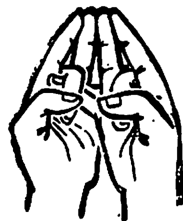


५. सर्वोन्मादिनी

अधरोत्तरं तिर्यक् प्रसारिते वाम-दक्षिणकनिष्ठे मध्यमाभ्यां धृत्वा तयोरग्रे अंगुष्ठाभ्यां निपीड्य अनामातर्जन्यग्राणां पार्श्वतो मिथः संस्पर्शे सर्वोन्मादिनी ।

ஸர்வோன்மாதினீ

இரு சுண்டு விரல்களை யும் குறுக்கில் கீழ்மேலாக வைத்து அவற்றை நடு விரல்களால் பிடித்துக் கொண்டு நடு விரல்களில் நுனிகளைக் கட்டை விரல் களால் அழுத்திக் கொண்டு ஆள் காட்டி மோதிர விரல்களை நீட்டிச் சேர்த் துப் பிடித்தால் ஸர்வோன் மாதினீ.

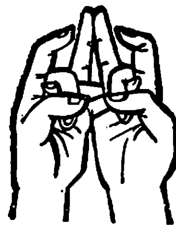


६. सर्वमहांकुशा

एषैव अनामयोराकुंचने तर्जन्योः किंचिद्भुग्नत्वे च सर्वमहांकुशा ।

ஸர்வமஹாங்குசா

ஸர்வோன்மாதினியிலே யே மோதிர விரல்களை வளைத்து ஆள்காட்டி விரல் களையும் சிறிது வளைத்தால் ஸர்வமஹாங்குசா.

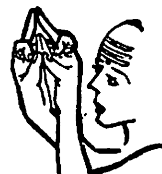


७. सर्वखे री

दक्षभुज-मध्यसन्ध-स्थापित-वामकूर्परं आमणिबन्धं पाणी परिवर्त्यं स्वाभिमुख-मन्योन्यस्पृष्टाग्रयोः मध्यमयोः पृष्टतोऽधरोत्तरं तिरःप्रसारितानि दक्षवामानामाकनिष्ठाग्राणि तर्जनीभ्यां धृत्वा पुरोऽङ्गुष्ठयोः अन्योन्यसंबन्धे सर्वखेचरी ॥

ஸர்வகேசரீ

வலது புஜஸந்தியில் இடது முழங்கையை வைத்து மணிக்கட்டுவரை கைகளைப் பரிவர்த்தனம் செய்து தன்னை நோக்கிப் பிடித்துக் கொண்டு இடது நடு விரலின் அடிவழியாக வலது பவித்ரவிரலையும் சுண்டு விரலையும் செலுத்தி இடது ஆள் காட்டியால் பிடித்துக் கொள்ளவும். அவ்வாறே வலது நடு விரலுக்கு அடிவழியாக இடது பவித்ர விரலையும், சுண்டு விரலையும் செலுத்தி வலது ஆள் காட்டியால் பிடித்துக் கொள்ளவும். இரு நடு விரல்களையும் கட்டை விரல்களையும் சேர்த்து நீட்டவும். இது ஸர்வகேசரீ.



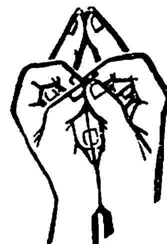
८. सर्वबीजम्

ऊर्ध्वाधस्तिरः प्रसृते वामदक्ष-कनिष्ठाग्रे अनामाभ्यां धृत्वा अर्धचन्द्राकृतियोजितेषु तर्जन्यंगुष्ठेषु मिथः श्लिष्टाभ्यां ऋजुभ्यां मध्यमाभ्यां तर्जन्योः संबन्धे सर्वबीजम् ॥

ஸர்வபீஜம்

மேல் நோக்கி விரித்த கைகளின் சுண்டு விரல்களைக் குறுக்காக நீட்டி மோதிர விரல்களால் பிடித்துக் கொண்டு ஆள் காட்டி விரலையும் கட்டை விரலையும் பாதி சந்திரவடிவில் சேர்த்து அவற்றுடன் நேராக நீட்டிய நடுவிரல்களை ஒட்டி வைத்துக் கொண்டால் ஸர்வபீஜம்.

(ஸம்பிரதாய பேதம்—சுண்டு விரல்களை நடுவிரல்களால் பிடித்துக் கொண்டு முன்மாதிரியே மற்றவை செய்து பவித்ர விரல்களை நீட்டுவது).

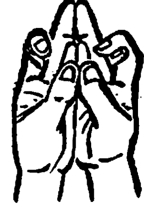


९. सर्वयोनिः

पूर्वोक्तः ॥ १. ५.

ஸர்வயோனி

ஏற்கெனவே விளக்கப்பட்டது. 1-5 பார்க்க.



१०. सर्वत्रिखण्डा

सर्वयोन्यामेव ऋजूकृतयोः कनिष्ठयोः मध्यमयोः अंगुष्ठयोश्च पृथङ्मिथः संस्पर्शे सर्वत्रिखण्डा ॥

ஸர்வத்ரிகண்டா

ஸர்வயோனி முத்திரையில் சுண்டு விரல்களையும் நடு விரல்களையும் கட்டை விரல்களையும் நேராக நிமிர்த்தி ஜதை ஜதையாக மூன்று கண்டமாகச் சேர்த்துப் பிடித்தால் ஸர்வத்ரிகண்டா.



निवेदन मुद्राः ॥ ६ ॥

6. நிவேதன முத்திரைகள்

१. ग्रासः

उदग्राणां विरलानां वामकरांगुलीनां ईषदाकुंचने ग्रासः ।

க்ராஸ முத்திரை

மேல் நோக்கி விரித்த இடது கை விரல்களைச் சற்று வளைத்துக் கிண்ணம் போல் பிடித்தல் க்ராஸ முத்திரை.

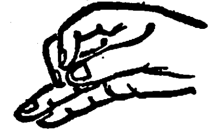


२. प्राणमुद्रा

मध्यमातर्जन्यंगुष्ठयोगे प्राणमुद्रा ।

ப்ராண முத்திரை

வலதுகை நடுவிரலையும் ஆள் காட்டியையும் கட்டை விரலுடன் சேர்த்துப் பிடித்தல் (இடது கை க்ராஸ முத்திரை குறிக்கும் அன்னக் கவளத்தை நிவேதனம் செய்யும் பாவனையில் ஆட்டுதல் ப்ராண முத்திரை).



३. अपान मुद्रा

அபான முத்திரை

मध्यमानामांगुष्ठ - संबन्धे अपानमुद्रा ।

நடு, பவித்ர, கட்டை விரல்களைச் சேர்த்து இடதுகை க்ராஸ முத்திரையை நோக்கி முன் போல் செய்தல் அபான முத்திரை.



४. व्यानमुद्रा

வ்யான முத்திரை

कनिष्ठानामांगुष्ठ - संबन्धे व्यानमुद्रा ।

சுண்டு, பவித்ர, கட்டை விரல்களைச் சேர்த்து முன் போல் செய்தல் வ்யான முத்திரை.



५. उदान मुद्रा

तर्जन्यनामांगुष्ठ मिश्रणे उदानमद्रा ।

உதானமுத்திரை

ஆள்காட்டி, பவித்ர, கட்டைவிரல்களைச் சேர்த்து முன்போல் செய்தல் உதான முத்திரை.



६. समान मुद्रा

सर्वांगु ल - संश्लेषे समान-मुद्रा ।

ஸமான முத்திரை

எல்லா விரல்களையும் சேர்த்து முன்போல் செய்தால் ஸமான முத்திரை.



गायत्री मुद्राः ॥ ७ ॥

7. காயத்ரீ முத்திரைகள்

१. सुमुखम्

ஸுமுகம்

सुमुखं संहतौ हस्तौ उत्तानौ कुंचितांगुली ।

இருகைகளையும் பக்க வாட்டில் சேர்த்து (விரல்களைச் சற்று வளைத்து) உயர்த்திப் பிடித்தல் ஸுமுகம். (விரல்கள் வளைக்காமலிருப்பது ஸம்பிரதாய பேதம்).

1-1 பார்க்க

२. संपुटम्

ஸம்புடம்

संपुटं पद्मकोणाभौ करौ अन्योन्य संहतौ ।

குவிந்த தாமரை மொட்டுப்போல் இருகைகளையும் சேர்த்துப் பிடித்தல் ஸம்புடம்.



३. विततम्

विततम् संहतौ हस्तावुत्ताना- वायतांगुली ।

விததம்

கைகளை விரித்துச் சேர்த்து விரல்களை நீட்டி உயர்த்திப் பிடித்தல் விததம்.

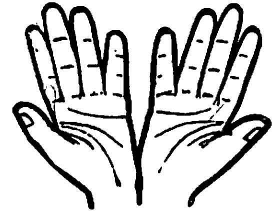


४. विस्तीर्णम्

विस्तीर्णं संहतौ पाणी मिथो मुक्तांगुलीद्वयोः ।

விஸ்தீர்ணம்

விரல்களை விட்டு விட்டு இருகைகளையும் ஒன்று சேர்த்தல் விஸ்தீர்ணம் (அல்லது விஸ்த்ருதம்)

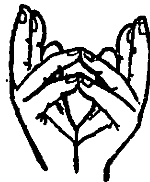


५. द्विमुखम्

संमुखं सक्तयोः पाण्योः कनिष्ठाद्वययोगतः। शेषांगुलीनां वैकल्ये द्विमुख-मित्युच्यते ॥

த்விமுகம்

இருகைகளையும் ஒன்றை யொன்று நோக்கிப் பிடித்துச் சுண்டுவிரலையும் மோதிர விரலையும் இரண்டையும் எதிரெதிராக உயர்த்தித் தொட்டுக் கொண்டு மற்ற விரல்களை நீட்டிப் பிடித்தல் த்விமுகம்.



६. त्रिमुखम्

संमुख सक्तयोः पाण्योः कनिष्ठात्रययोगतः अंगुष्ट तर्जनी वैकल्ये त्रिमुखम्।

த்ரிமுகம்

இருகைகளையும் ஒன்றை யொன்று நோக்கிப் பிடித்துச் சுண்டுவிரல், மோதிர விரல், நடுவிரல்களை எதிரெதிராக உயர்த்தித் தொட்டுக் கொண்டு கட்டைவிரல், ஆள்காட்டி விரல்களைப் பிரித்து நீட்டுதல் த்ரிமுகம்.

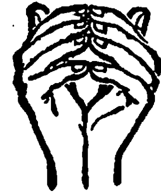


७. चतुर्मुखम्

कनिष्ठा-अनामा - मध्यमा - तर्जनी योगतः अंगुष्ठ वैकल्ये चतुर्मुखम् ।

சதுர்முகம்

சுண்டுவிரல், மோதிர விரல், நடுவிரல், ஆள் காட்டி விரல் ஆகிய வற்றை எதிரெதிராக உயர்த்தித் தொட்டுக் கொண்டு கட்டை விரலை மட்டும் நீட்டுதல் சதுர் முகம்.

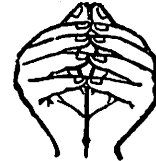


८. पंचमुखम्

सर्वांगुलीनां योगतः पंच-मुखम् ।

பஞ்சமுகம்

எல்லா விரல்களையும் எதிரெதிராகச் சேர்த்து உயர்த்திப் பிடித்தல் பஞ்சமுகம்.

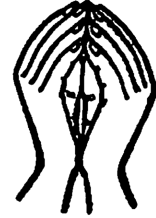


९. षण्मुखम्

तिर्यक् संयुज्यमानाग्रौ संयुक्तांगुलिमण्डलौ। हस्तौ षण्मुखमित्युक्ता मुद्रा मुद्राविशारदैः।

ஷண்முகம்

ஐந்து விரல்களின் நுனிகளும் குறுக்காக ஒன்றையொன்று தொட்டுக் கொண்டு (மணிபந்தமும் சேர்ந்து) இருத்தல் ஷண்முகம்.



१०. अधोमुखम्

आकुंचिताग्रौ संयुक्तौ न्युब्जौ हस्तावधोमुखम्।

அதோமுகம்

விரல்களை வளைத்து நுனிகளைச் சேர்த்துக் கீழ் நோக்கிக் காட்டுதல் அதோமுகம்.

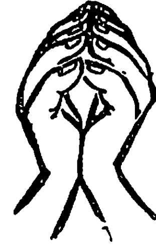


११. व्यापकम्

उत्तानौ तादृशावेव व्यापकं कुंचितौ करौ।

வ்யாபகம்

அதே மாதிரி கைவிரல் களை வளைத்து நுனிகளைச் சேர்த்து மேல் நோக்கிப் பிடித்தல் வியாபகம்.



१२. शकटम्

अधोमुखौ बद्धमुष्टी मुक्ताग्रांगुष्ठकौ करौ शकटम्।

சகடம்

கட்டைவிரல் நுனிகளை விடுத்து இருகை முஷ்டி களை வண்டிச்சக்கரங்களைப் போல் கீழ் நோக்கிப் பிடித்தல் சகடம்.



१३. यमपाशम्

बद्धमुष्टिकयोः पाण्योः उत्ताना वामतर्जनी । कुंचिताग्राऽन्यथा युक्ता तर्जन्याऽनजुवक्त्रया यमपाशम् ।

யமபாசம்

முஷ்டிகளை உயர்த்தி இடது ஆள்காட்டி விரலை நீட்டி அதை வளைந்த வலது ஆள்காட்டியால் பிடித்துக் கொண்டு கைகளை ஒன்றுக்கொன்று எதிர் முகமாகப் பிடித்தல் யமபாசம்.



१४. ग्रथितम्

उत्तानसन्धि संलीन-बद्धांगुलि द्वयौ करौ संमुखा घटितौ दीर्घांगुष्ठौ ग्रथित-मुच्यते ।

க்ரதிதம்

இருகை விரல்களையும் உயர்த்தி நேருக்கு நேராகக் கோத்துக் கொண்டு கட்டை விரல்களை நீட்டிப் பிடித்தல் க்ரதிதம்.



१५. संमुखोन्मुखम्

ऊर्ध्वांगुलि-र्वामहस्ते तादृशा दक्षिणेन तु । अधोमुखेन संयुक्तः संमुखोन्मुखमुच्यते ।

ஸம்முகோன்முகம்

இடது கைவிரல்களை மேல் நோக்கி நிமிர்த்தி அவற்றைக் கீழ் நோக்கிய வலதுகை விரல்களுடன் சேர்த்தல் ஸம்முகோன் முகம்.



१६. प्रलंबः

उत्तानोत्तानकोटी च प्रलंबः कथितः करौ ।

ப்ரலம்பம்

நிமிர்ந்த இருகை நுனிகளையும் தொங்க விடுதல் ப்ரலம்பம்.

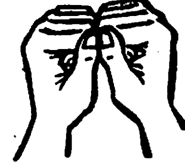


१७. मुष्टिकः

मुष्टी चान्योन्य-संयुक्तावुत्तानौ
मुष्टिको भवेत् ।

முஷ்டிகம்

இரு முஷ்டிகளையும் சேர்த்து மேல் முகமாகப் பிடித்தல் முஷ்டிகம்.



१८. मीनः

पूर्वोक्तः ॥ १. २.

மீனः (மத்ஸ்யம்)

ஏற்கெனவே விளக்கப் பட்டது.

2-1 ஐப் பார்க்க.
(மத்ஸ்யம்)

१९. कूर्मः

अधोमुखः करो वाम-स्तादृशा दक्षिणेन तु । पृष्ठदेशे समाक्रान्तः कूर्मो नामाभिधीयते ।

கூர்மம்

கவிழ்த்த இடது கை பின்புறத்தில் அதே மாதிரி கவிழ்த்த வலது கையை வைத்தல் கூர்மம். (இடது கைத்தலத்தின் மேல் குறுக்காக வலது கைத்தலத்தை வைத்தல் ஸம்பிரதாய பேதம்).



२०. वाराही

दक्षहस्तं चोर्ध्वं-मुखं वामहस्त-मधोमुखम् । अंगुल्यग्रं तु संयुक्तं मुद्रा वाराह–संज्ञका ।

வாராஹீ

வலதுகையை மேல் நோக்கியும் இடது கையைக் கீழ் நோக்கியும் வைத்து விரல் நுனிகளைச் சேர்த்துப் பிடித்தல் வாராஹீ (இதிலும் கைகளை குறுக்காக வைத்தல் ஸம்பிரதாய பேதம்).



२१. सिंहाक्रान्तम्

कण्ठाश्रितौ करौ कर्णसंश्रिता-यतांगुली सिंहाक्रान्तं नाम मुद्रा ।

ஸிம்ஹாக்ராந்தம்

கைகளைக் கழுத்தருகில் வைத்து விரித்த விரல்களைக் காதுகளின் மேல் வைத்தல் ஸிம்ஹாக்ராந்தம்.

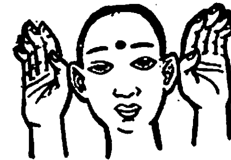


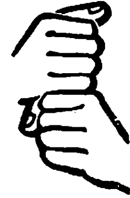
२२. महाक्रान्तः

सिंहाक्रान्ते किंचिदाकुंचिताग्रौ च हस्तौ महाक्रान्तः ।

மஹாக்ராந்தம்

ஸிம்ஹாக்ராந்தத்தில் கை நுனிகளைச் சிறிது வளைத்தால் மஹாக்ராந்தம்.





२३. मुद्गरः

पूर्वोक्तः ॥ १. ४.

முத்கரம்

ஏற்கெனவே விளக்கப்பட்டது 1. 4.ஐப் பார்க்க



२४. पल्लवः

अधोमुखः स्थितो मूर्ध्नि पल्लवो दक्षिणः करः ॥

பல்லவம்

வலது கையைக் கீழ் நோக்கித் தலை உச்சி மேல் வைத்தல் பல்லவம்.

गणेश मुद्राः ॥ ८ ॥

8. கணேச முத்திரைகள்

१. दन्तः

उत्तानोर्ध्वमुखी मध्यमा सरला बद्धमुष्टिका दन्तमुद्रा ।

தந்தம்

நடுவிரலை மேல் நோக்கி நீட்டி மற்ற விரல்களை முஷ்டியாக்கினால் தந்த முத்திரை.

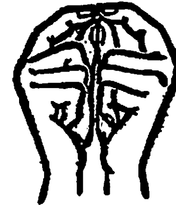


२. पाशः

वाममुष्टेस्तु तर्जन्या दक्षमुष्टेस्तु तर्जनीम् संयोज्य चांगुष्ठकाग्राभ्यां तर्जन्यन्ते स्वके क्षिपेत् एषा पाशमुद्रा ।

பாசம்

இடது கை முஷ்டியின் ஆள்காட்டி விரலை வலது கை முஷ்டியின் ஆள் காட்டிவிரலுடன் சேர்த்து கட்டை விரல்களை அந்தந் தக் கை ஆள் காட்டி நுனியில் வைத்தல் பாச முத்திரை.

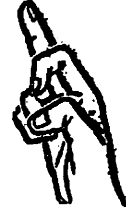


३. अंकुशः

ऋज्वीं च मध्यमां कृत्वा तर्जनीमध्यपर्वणि संयोज्याकुंचयेत् किंचिन्मुद्रैषांकुश-संज्ञिका ।

அங்குசம்

நடு விரலை நேராக நீட்டி அதன் நடுப்பர்வாவின் மேல் ஆள் காட்டி விரலை வைத்துச் சிறிது வளைத்தல் அங்குசம்.



४. विघ्नः

तर्जनी-मध्यमानामा–कनिष्ठांगुष्टमुष्टिका । अधोमुखी दीर्घरूपा मध्यमा विघ्नमुद्रिका ।

விக்னம்

ஆள்காட்டி, நடு, பவித்ர, சுண்டு, கட்டை விரல்கள் அனைத்தையும் முஷ்டியாக்கிக் கீழ் நோக்கி நடு விரலை நீட்டுதல் விக்ன முத்திரை.

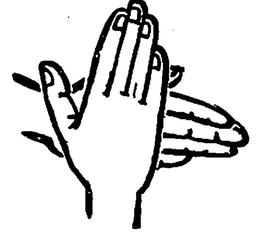


५. परशुः

तले तलं तु करयो-स्तिर्यक्
संयोज्य चांगुलीः । संहताः प्रसृताः
कुर्यात् मुद्रा परशु संज्ञिता ॥

பரசு

கைத்தலத்தைக் கைத் தலத்தின் மேல் குறுக்காக வைத்து விரல்களைச் சேர்த்து நீட்டினால் பரசு.

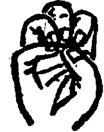


६. लड्डुकः

प्रसिद्धा लड्ड मुद्रिका ।

லட்டுகः

லட்டுக முத்திரை பிரஸித்தம்.



७. बीजापूरः

பீஜாபூரம்



மாதுலம் பழம் மாதிரி கையைக் குவித்துப் பிடித்தல் பீஜாபூர முத்திரை.

शिव मुद्राः ॥ ९ ॥

9. சிவ முத்திரைகள்

१. लिंगमुद्रा

उच्छ्रितं दक्षिणांगुष्ठं वामांगुष्ठेन वेष्टयेत्। वामांगुली-दक्षिणाभिरंगुलीभिश्च बन्धयेत्। लिंगमुद्रेयमा—ख्याता शिव-सान्निध्यकारिणी।

லிங்கமுத்திரை

வலது கட்டை விரலை மேல் நோக்கி நீட்டிஇடது கட்டை விரலால் சுற்றிப் பிடித்துக் கொண்டு மற்ற எல்லா விரல்களையும் கோத்து இறுகப் பிடித்தால் லிங்கமுத்திரை. இது சிவஸாந்நித்ய காரணம்.

10. 10-ஐப் பார்க்க

அங்குள்ள இடது கட்டை விரல் என்பதை வலது என்று மாற்றிக் கொள்க.

२. योनिः

अनामिकोर्ध्वं-संश्लिष्ट दीर्घ-मध्यमयो-रधः। अंगुष्ठाग्रद्वयं न्यस्येत् योनिमुद्रेयमीरिता ॥

யோனிமுத்திரை

பவித்ர விரல்களுடன் சேர்த்து நீட்டின நடுவிரல்களின் மேல் கட்டைவிரல்களை வைத்தால் யோனி முத்திரை. (ஸம்பிரதாய பேதம் 1-5).



३. त्रिशूलम्

अंगुष्ठेन कनिष्ठां तु बद्ध्वा शिष्टांगुलीत्रयम् प्रसारयेत् ।

த்ரிசூலம்

சுண்டு விரலை மடக்கிக் கட்டை விரலால் பிடித்துக் கொண்டு மற்ற மூன்று விரல்களையும் நீட்டிப் பிடித்தல் த்ரிசூலம்.



४. अक्षमाला

अंगुष्ठतर्जन्यग्रेषु ग्रथयित्वांगुलीत्रयं प्रसारयेत् ।

அக்ஷமாலை

கட்டைவிரல் நுனியையும் ஆள்காட்டிவிரல் நுனியையும் சேர்த்துப் பிடித்து மற்ற மூன்று விரல்களையும் நீட்டுதல் அக்ஷமாலை.



५. वरमुद्रा

अधःस्थितो दक्षहस्तः प्रसृतो वरमुद्रिका ।

வரமுத்திரை

கீழ் நோக்கி மலர்த்தி நீட்டிய வலதுகை வர முத்திரை.



६. अभयमुद्रा

ऊर्ध्वीकृतो वामहस्तः प्रसृतोऽभयमुद्रिका ।

அபயமுத்திரை

மேல்நோக்கி மலர்த்தி நீட்டிய இடது கை அபய முத்திரை.



७. मृगी

ம்ருகீ

வலதுகை மட்டும் சுண்டு விரலையும் ஆள்காட்டி விரலையும் நீட்டி மற்றவைகளைச் சுருக்கிச் சேர்ப்பது ஸம்பிரதாய பேதம்.

1-6 ஐப் பார்க்க

८. खट्वांगः

पंचांगुल्यो मिलिताह्य्यूर्ध्व-
मुन्नताः खट्वांगः ।

கட்வாங்கः

கையின் ஐந்து விரல்களையும் சேர்த்து மேல் நோக்கிப் பிடித்தல் கட்வாங்கம்.

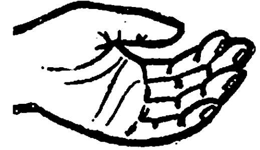


९. कपालः

याचवद्वामहस्तन्तु कृत्वांगे वामके तथा। निधायोच्छ्तवत् कुर्यात् मुद्री कापालिकी मता।

கபாலம்

இடதுகையை இடது பக்கம் யாசிக்கும் வகையில் நீட்டி அதன் மேல் மண்டையோடு வைத்திருப்பது போல் பாவனை செய்தல் கபால முத்திரை.

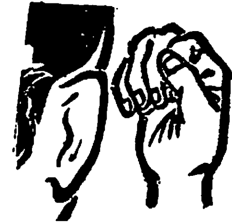


१०. डमरुकः

मुष्टिं च शिथिलां बध्वा ईषदुच्छ्रितमध्यमाम्। दक्षिणामूर्ध्वमुन्नम्य कर्णदेशे प्रचालयेत्॥

டமருகம்

வலதுகை முஷ்டியைச் சற்று விரித்து நடுவிரலை கொஞ்சம் தூக்கிப் பிடித்துக் கொண்டு காதிற்குப் பக்கத்தில் அசைத்தல் (உடுக்கை அடிப்பது போல்) டமருகம்.



विष्णुमुद्राः ॥ १० ॥

விஷ்ணு முத்திரைகள்

१०-१. शंख मुद्रा

वामांगुष्टंतु संगृह्य दक्षिणेन तु मुष्टिना। कृत्वोत्तानं ततो मुष्टिमंगुष्ठंतु प्रसारयेत् ॥ वामां गुल्य-स्तथाश्लिष्टाः संयुक्तास्युः प्रसारिताः। दक्षिणांगुष्ठ-संस्पृष्टा ज्ञेयैषा शंखमुद्रिका ॥

சங்க்க முத்திரை

இடது கட்டை விரலை வலது முஷ்டியால் பிடித்துக்கொண்டு தூக்கி வலது கட்டை விரலை நீட்டவும், இடது விரல்களைச் சேர்த்து நீட்டி வலது கட்டை விரலைத் தொடவும். இது சங்க்க முத்திரை.

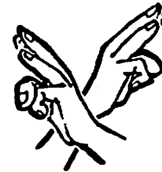
11-7 பார்க்க

१०-२. चक्रम्

हस्तौ तु संमुखौ कृत्वा सन्नत प्रोथितांगुली। तलान्तर्मिलितां गुष्ठौ सुभुग्नौ सुप्रसारितौ। कनिष्ठांगुष्ठकौ लग्नौ मुद्रैषा चक्रसंज्ञिका ॥

சக்ரம்

கைகளை எதிரெதிராக வைத்து விரல்களை வளைத்துத்தூக்கி கைத் தலத்துள் இரு கட்டை விரல்களையும் வளைத்து நீட்டிச் சுண்டு விரல்களுடன் சேர்த்தால் சக்ரமுத்திரை.

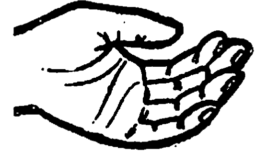


९. कपालः

याचवद्वामहस्तन्तु कृत्वांगे वामके तथा। निधायोच्छितवत् कुर्यात् मुद्रां कापालिकी मता।

கபாலம்

இடதுகையை இடது பக்கம் யாசிக்கும் வகையில் நீட்டி அதன் மேல் மண்டையோடு வைத்திருப்பது போல் பாவனை செய்தல் கபால முத்திரை.

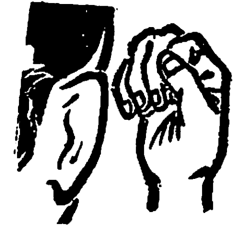


१०. डमरुकः

मुष्टिं च शिथिलां बध्वा ईषदुच्छ्रितमध्यमाम्। दक्षिणामूर्ध्वमुन्नम्य कर्णदेशे प्रचालयेत्॥

டமருகம்

வலதுகை முஷ்டியைச் சற்று விரித்து நடுவிரலை கொஞ்சம் தூக்கிப் பிடித்துக் கொண்டு காதிற்குப் பக்கத்தில் அசைத்தல் (உடுக்கை அடிப்பது போல்) டமருகம்.



विष्णुमुद्राः ॥ १० ॥

விஷ்ணு முத்திரைகள்

१०-१. शंख मुद्रा

वामांगुष्टंतु संगृह्य दक्षिणेन तु मुष्टिना। कृत्वोत्तानं ततो मुष्टिमंगुष्ठंतु प्रसारयेत् ॥ वामांगुल्य-स्तथाश्लिष्टाः संयुक्तास्सुः प्रसारिताः। दक्षिणांगुष्ठ-संस्पृष्टा ज्ञेयैषा शंखमुद्रिका ॥

சங்க்க முத்திரை

இடது கட்டை விரலை வலது முஷ்டியால் பிடித்துக்கொண்டு தூக்கி வலது கட்டை விரலை நீட்டவும், இடது விரல்களைச் சேர்த்து நீட்டி வலது கட்டை விரலைத் தொடவும். இது சங்க்க முத்திரை.

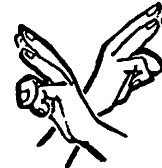
11-7 பார்க்க

१०-२. चक्रम्

हस्तौ तु संमुखौ कृत्वा सन्नत प्रोथितांगुली। तलान्तर्मिलितां गुष्ठौ सुभुग्नौ सुप्रसारितौ। कनिष्ठांगुष्ठकौ लग्नौ मुद्रैषा चक्रसंज्ञिका ॥

சக்ரம்

கைகளை எதிரெதிராக வைத்து விரல்களை வளைத்துத்தூக்கி கைத் தலத்துள் இரு கட்டை விரல்களையும் வளைத்து நீட்டிச் சுண்டு விரல்களுடன் சேர்த்தால் சக்ரமுத்திரை.

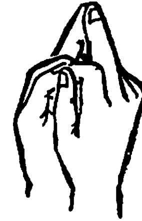


१०-३. गदा

अन्योन्याभिमुखौ हस्तौ कृत्वातु ग्रथितांगुली। अंगुल्यौ मध्यमे भूयः सुलग्ने संप्रसारिते। गदा मुद्रेयमुदिता विष्णोः सन्तोष वर्धिनी॥

கதை

கைகளை நேர்முகமாக வைத்து விரல்களை மடித்து இரு நடுவிரல்களையும் சேர்த்து நீட்டினுல் கதா முத்திரை. விஷ்ணுவுக்கு ப்ரீதியை வளர்ப்பது.

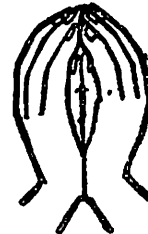


१०-४. पद्मः

हस्तौ तु संमुखौ कृत्वा सम्नत-प्रोथितांगुली। तलान्तर्मिलितांगुष्ठौ कृत्वैषा पद्ममुद्रिका॥

பத்மம்

கைத்தலங்களை எதிரெதிராக வைத்து விரல்களை வளைத்துக் கைத்தலத்துள் கட்டை விரல்களைப் புகுத்திஞல் பத்மமுத்திரை.



१०-५. वेणुः

ओष्ठे वामकरांगुष्ठो लग्न-स्तस्य कनिष्ठिका । दक्षिणांगुष्ठ संयुक्ता तत्कनिष्ठा प्रसारिता । तर्जनी मध्यमानामाः किंचित्सं-कुच्य चालिताः । वेणु मुद्रा भवत्येषा सुगुप्ता प्रेयसी हरेः ॥



வேணு

உதட்டில் இடது கட்டை விரலை வைத்து இடது சுண்டு விரலை வலது கட்டை விரலுடன் சேர்த்து வலது சுண்டு விரலை நீட்டி ஆள்காட்டி நடுவிரல் மோதிர விரல் களைச் சிறிது வளைத்து அசைத்தால் ஹரிக்குப் பிரியமான வேணு முத்திரை.





१०-८. श्रीवत्सः

अन्योन्यपृष्ठकरयोर्मध्यमाना-
मिकांगुली। अंगुष्ठेन तु बध्नी-
यात् कनिष्ठा मूल संस्थिते।
तर्जन्यौ कारयेदेषा मुद्रा श्रीवत्स
संज्ञिका ॥

ஸ்ரீவத்ஸம்

குறுக்காக வைத்த இடது கைப்பின் புறத்தில் வலது கையை குறுக்காக மேல் நோக்கி வைத்து, நடு விரல் மோதிர விரல் களைக் கட்டை விரல் களால் பிடித்துக் கொண்டு ஆள்காட்டிகளைச் சுண்டு விரல் அடிப்பக்கத்தில் சேர்த்தால் ஸ்ரீவத்ஸம்.



१०-७. गरुडः

हस्तौ तु विमुखौ कृत्वा ग्रथयित्वा कनिष्ठिके। मिथस्तर्जनिके श्लिष्टे श्लिष्टावंगुष्ठकौ तथा। मध्यमानामिके द्वे तु द्वापक्षाविव चालयेत्। एषा गरुड मुद्रा ॥

கருடமுத்திரை

கைகளைப் பின்புறம் சேர்த்துச் சுண்டு விரல்களை இணைத்துக் கொண்டு ஆள்காட்டிகளை ஒன்று சேர்த்து அவ்வாறே கட்டை விரல்களையும் சேர்த்து நடுவிரல் மோதிர விரல் இரண்டையும் இரு இறகுகளைப் போல் அசைத்தல் கருடமுத்திரை.

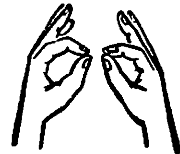


१०-८. वनमालिका

स्पृशेत् कण्ठादिपादान्तं तर्जन्यांगुष्ठया तथा। करद्वयेन मालावत् मुद्रेयं वनमालिका ॥

வனமாலிகா

ஆள்காட்டியும் கட்டை விரலும் சேர்த்து இருகைகளாலும் கழுத்து முதல் பாதம் வரை மாலை போல் தொடுதல் வனமாலிகா.



१०२. ज्ञानमुद्रा

तर्जन्यंगुष्ठकौ सक्तावग्रतो विन्यसेत् हृदि। वामहस्तांबुजं वामजानुमूर्धनि विन्यसेत्। ज्ञान मुद्रा भवेदेषा रामचन्द्रस्य प्रेयसी ॥

ஞானமுத்திரை

வலது ஆள்காட்டியும் கட்டை விரலும் சேர்த்து நுனியால் இருதயத்தைத் தொட்டுக் கொண்டு இடது கையை மலர்த்தி இடது முழந்தாள் உச்சியில் வைத்தால் ஞானமுத்திரை. ஸ்ரீராமசந்திரனுக்குப் பிரியமானது.



१०-१०. बिल्वः

अंगुष्ठं वाममुद्दण्डितमितरकरांगुष्ठकेनापि बध्वा तस्यायं पीडयित्वांगुलीभिरभि च ता वाम हस्तांगुलीभिः । बध्वा गाढं हृदि स्थापयतु विमलधीर्व्याहरन् मारबीजं बिल्वाख्या मुद्रिकैषा ॥

பில்வம்

உயர்த்திய இடது கட்டை விரலை வலது கட்டை விரலால் பிடித்துக் கொண்டு மற்ற விரல்களாலும் சுற்றிப் பிடித்து அதை இடது கைவிரல்களாலும் இறுகப் பிடித்து இருதயத்தில் பரிசுத்த மனதுடன் வைத்து க்லீம் எனும் மன்மத பீஜத்தை உச்சரிப்பது பில்வம் எனும் முத்திரை.

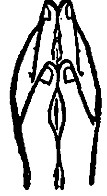


१०-११. काम मुद्रा

हस्तौ तु संपुटौ कृत्वा प्रसृतांगुलिकौ तथा। तर्जन्यौ मध्यमापृष्ठे अंगुष्ठौ मध्यमाश्रितौ। काममुद्रेयमुदिता सर्वदेव प्रियंकरी ॥

காமமுத்திரை

கைகளைச் சம்புடமாக்கி விரல்களை விரித்து ஆள் காட்டிகளை நடுவிரல்களின் பின்புறம் வைத்துக் கட்டை விரல்களை நடு விரல்களுடன் சேர்த்தால் எல்லா தேவதைகளுக்கும் பிரியமான காம முத்திரை.



१०-१२. नारसिंही

अंगुष्ठाभ्यांतु करयोस्तथाक्रम्य कनिष्ठिके। अधोमुखीभिः सर्वाभिर्मुद्रेयं नृहरेर्मता ॥

நாரஸிம்ஹீ

கைகளின் கட்டைவிரல் களைச் சுண்டு விரல் களுடன் சேர்த்து எல்லா விரல்களையும் கீழ்நோக்கிப் பிடித்தல் நாரஸிம்ஹீ.



இருகைகளையும் (இதேமாதிரி)

१०-१३. वाराही

दक्षहस्तंचोर्ध्वमुखं वामहस्तमधोमुखम् । अंगुल्यग्रं तु संयुक्तं मुद्रा वाराहसंज्ञिका ।

வாராஹீ

வலதுகையை மேல் நோக்கியும் இடது கையை கீழ் நோக்கியும் வைத்து விரல் நுனிகளைச் சேர்த்துப் பிடித்தல் வாராஹீ.

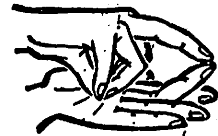
7-20 ஐப் பார்க்க

१०-१४. हयग्रीवः

वामहस्ततले दक्षा अंगुलीस्तास्त्वधोमुखीः । संरोप्य मध्यमां तासामन्नम्याधो विकुंचयेत् । हयग्रीवप्रिया मुद्रा तन्मूर्तेरनुकारिणी ॥

ஹயக்ரீவம்

இடது கைத்தலத்தில் வலது கை விரல்களைக் கீழ்நோக்கி வைத்து நடு விரல்களை வளைத்தால் ஹயக்ரீவ முத்திரை.



१०-१५. धनुः

वामस्य मध्यमाग्रं तु तर्जन्य-ग्रेण योजयेत्। अनामिकां कनिष्ठां च तस्यांगुष्ठेन पीडयेत्। दर्शयेद्वामके स्कन्धे धनुर्मुद्रेय-मीरिता ॥

தனுர்முத்திரை

இடது நடுவிரல் நுனியை ஆள்காட்டி நுனியுடன் சேர்க்கவும். பவித்ர விரலையும் சுண்டு விரலையும் அந்தக் கட்டை விரலுடன் சேர்த்து இடது தோள் மேல் காட்டினால் தனுர்முத்திரை.



१०-१६. बाणः

दक्षमुष्टेस्तु तर्जन्या दीर्घेषा बाणमुद्रिका ।

பாணம்

வலது முஷ்டியின் ஆள்காட்டி விரலை நீட்டினால் பாணம்.



१०-१७. परशु

तले तलंतु करयोस्तिर्यक्
संयोज्यचांगुलीः। संहताः प्रसृताः
कुर्यात् मुद्रा परशु संज्ञिका॥

பரசு

கைத்தலத்தைக் கைத்தலத்தின் மேல் குறுக்காக வைத்து விரல்களைச் சேர்த்து நீட்டினால் பரசு.



१०-१८. त्रैलोक्यमोहिनी

उच्छ्रितांगुष्ठमुष्टि द्वे मुद्रा त्रैलोक्यमोहिनी।

த்ரைலோக்யமோஹினீ

இருகட்டை விரல்களையும் உயர்த்தி முஷ்டிகளைத் தூக்கிப்பிடித்தால் த்ரைலோக்யமோஹனம்.



नाना मुद्राः ॥ ११ ॥

11. பலவிதமான முத்திரைகள்

११-१ अंकुशः

उदग्रायां दक्षमध्यमायां तन्मध्य-पर्वस्पर्शं मध्यम पर्वण-स्तर्जन्या कुंचत्वे अनामाक-निष्ठकाग्रयोश्चांगुष्ठाग्र - निपीडने अंकुशः ॥

அங்குசம்

வலதுகை நடு விரலை நீட்டி அதன் நடுப்பர்வாவுடன் ஆள் காட்டி நடுப்பர்வாவை சேர்த்து வளைத்துப் பவித்ர விரல் சுண்டு விரல் நுனிகளைக் கட்டை விரலால் தொட்டால் அங்குசம்.

8-3 ஐப் பார்க்க

११-२ चक्रमुद्राः

व्यत्ययेन वामदक्षकर-कनिष्ठां गुष्ठाग्रयोः योगे अन्यासां वैरल्येण प्रसारणे चक्रम् ॥

சக்ரமுத்திரை

கைகளை மாற்றிக் கவிழ்த்து இடது கை மேல் வலது கையை வைத்துச் சுண்டுவிரல் கட்டை விரல்களின் நுனிகளைச் சேர்த்து மற்ற விரல்களை விரித்தல் சக்ரம் (ஸம்பிரதாயபேதம்).

10-2 ஐப் பார்க்க

११-३ चापः

उत्तानं दक्षमध्यमाग्रेण ताद्दश तर्जन्यग्र-परिग्रहे चापः ।

சாபம் (அல்லது வில்)

உயர்த்திய நடுவிரல் நுனியால் வலது ஆள் காட்டி நுனியைப் பிடித்தல் சாபம்.

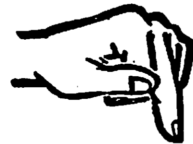


११-४ नाराचः

वाममुष्टे-रंगुष्ठाग्रचं्वित-मूल पर्वणि तर्जन्यामीष-दधोमुख प्रसृतायां नाराचः ॥

நாராசம்

இடது கைமுஷ்டியின் கட்டை விரல் நுனியால் ஆள்காட்டி அடிப்பர்வா வைத் தொட்டுக் கொண்டு ஆள்காட்டியைச் சிறிது கீழ் நோக்கி நீட்டுதல் நாராசம்.



११-५ पाशः | பாசம் | 8-2 ஐப் பார்க்க

११-६ शक्त्युत्तापनी | சக்த்யுத்தாபனீ

परस्पर - मनभिमुखग्रथिता-कुंचितानामा-मध्यमा-कनिष्ठं करौ परिवर्त्य प्रसारिततर्जनी-युगाग्र संबन्धे शक्त्युत्तापनी ।

பவித்ரவிரல் நடுவிரல் சுண்டு விரல்களை வளைத்துப் பின் புறமாக ஒன்றோடொன்று கூட்டிப்பரிவர்த்தனம் செய்து நீட்டிய ஆள்காட்டி விரல்களின் நுனிகளைச் சேர்த்துப் பிடித்தல். சக்த்யுத்தாபனீ.



११-७ शंखः

वामांगुष्ठं तु संगृह्य दक्षिणेन तु मुष्टिना। कृत्वोत्तानं तथा मुष्टि-मंगुष्ठं तु प्रसारयेत्।

சங்கம்

வலது முடிஷ்டியால் இடது கட்டைவிரலைப் பிடித்துக் கொண்டு முஷ்டியைத் தூக்கிக் கட்டைவிரலை நிட்டினல் ஞல் சங்கம்.



११-८ सौभाग्यदण्डिनी

वामहस्तमुष्टिं बध्वा सरलया तर्जन्या अंसकर्णमभिते भ्रामणे सौभाग्यदण्डिनी।

ஸௌபாக்ய-தண்டினீ

இடதுகையை மூடிக் கொண்டு ஆள் காட்டி விரலைமட்டும் நீட்டித் தோள் பட்டையையும் காதையும் சுற்றுதல் ஸௌபாக்ய தண்டினீ.



११-५ पाशः

பாசம்

8-2 ஐப் பார்க்க

११-६ शक्त्युत्तापनी

சக்த்யுத்தாபனீ

परस्पर - मनभिमुखग्रथिता- कुंचितानामा-मध्यमा-कनिष्ठं करौ परिवर्त्य प्रसारिततर्जनी-युगाग्र संबन्धे शक्त्युत्तापनी ।

பவித்ரவிரல் நடுவிரல் சுண்டு விரல்களை வளைத்துப் பின் புறமாக ஒன்றோடொன்று கூட்டிப்பரிவர்த்தனம் செய்து நீட்டிய ஆள்காட்டி விரல்களின் நுனிகளைச் சேர்த்துப் பிடித்தல். சக்த்யுத்தாபனீ.



११-७ शंखः

वामांगुष्ठं तु संगृह्य दक्षिणेन तु मुष्टिना। कृत्वोत्तानं तथा मुष्टि-मंगुष्ठं तु प्रसारयेत्।

சங்கம்

வலது முடிஷ்டியால் இடது கட்டைவிரலைப் பிடித்துக் கொண்டு முஷ்டியைத் தூக்கிக் கட்டைவிரலை நீட்டினுல் ஞல் சங்கம்.



११-८ सौभाग्यदण्डिनी

वामहस्तमुष्टिं बध्वा सरलया तर्जन्या अंसकर्णममिते भ्रामणे सौभाग्यदण्डिनी।

ஸௌபாக்ய-தண்டினீ

இடதுகையை மூடிக் கொண்டு ஆள் காட்டி விரலைமட்டும் நீட்டித் தோள் பட்டையையும் காதையும் சுற்றுதல் ஸௌபாக்ய தண்டினீ.



११-९ रिपुजिह्वाग्रहा

सैव गर्भितांगुष्ठ-वाम पादतलं न्यस्ता रिपुजिह्वाग्रहा ॥

ரிபுஜிஹ்வாக்ரஹா

அவ்வாறே இடது கையை மூடி ஆள்காட்டி விரலை நீட்டிக் கட்டை விரலை உள்ளே மடக்கி இடது பாதத்தின் அடியில் வைத்தல் ரிபுஜிஹ்வாக்ரஹா.



११-१० खड्गः

कनिष्ठानामिकेबध्वा स्वांगुष्ठे नैव दक्षतः। श्लिष्टांगुली तु प्रसृते संश्लिष्टे खड्गमुद्रिका ॥

கட்கம்

வலது கைக்கட்டை விரலால் அந்தக் கைச் சுண்டு விரலையும் மோதிர விரலையும் சேர்த்துப் பிடித்துக் கொண்டு மற்ற இருவிரல்களையும் சேர்த்து நீட்டினுல் கட்கம்,

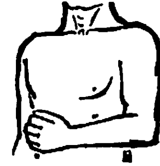


११-११ चर्म

वामहस्तं तथा तिर्यक् कृत्वा चैव प्रसार्य च । आकुंचितांगुलीः कुर्यात् चर्ममुद्रेयमीरिता ॥

சர்ம (கேடயம்)

இடது கையைக் குறுக்காக நீட்டி விரல்களை மடக்கினால் சர்மமுத்திரை.



११-१२ मुसलः

मुष्टिं कृत्वा कराभ्यां च वामस्योपरि दक्षिणाम् । कुर्यान् मुसल मुद्रेयं सर्वविघ्नविनाशिनी ॥

முஸலம்

இடது கை முஷ்டி மேல் வலது கை முஷ்டியை வைத்தால் முஸலம்.



११-१३ दुर्गा

मुष्टिं कृत्वा कराभ्यां च वामस्योपरि दक्षिणाम्। कृत्वा शिरसि संयोज्य दुर्गा मुद्रेय मीरिता ॥

துர்க்கா

இடது கை முஷ்டி மேல் வலது கை முஷ்டியைச் சேர்த்துத்தலை மேல் வைத்தால் துர்க்கா.



११-१४ लक्ष्मी

चक्रमुद्रा तथा बद्ध्वा मध्यमे द्वे प्रसार्य च। कनिष्ठिके तथानीय तदग्रे अंगुष्ठकौ क्षिपेत्। लक्ष्मी मुद्रा पराह्येषा सर्वसंपत् प्रदायिनी ॥

லக்ஷ்மீ

சக்ரமுத்ரையாகக் கைகளைச் சேர்த்து இரு நடு விரல்களைச் நீட்டிச் சுண்டு விரல்களை வளைத்து அவற்றின் நுனிகளுடன் கட்டை விரல்களைச் சேர்த்தால் லக்ஷ்மீ.

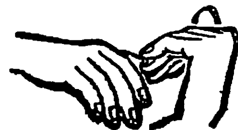


११-१५ वीणा

वीणावादनवद् हस्तौ कृत्वा संचालयेच्छिरः। वीणामुद्रेय-माख्याता सरस्वत्याः प्रियंकरी ॥

வீணு

வீணைவாசிப்பது போல் கைகளால் பாவனை செய்து தலையையும் அசைத்தால் வீணு முத்திரை ஸரஸ்வதிக்குப் பிரியமானது.



११-१६ पुस्तकम्

मुष्टिं स्वाभिमुखीं कृत्वा पुस्तक मुद्रिका ॥

புஸ்தக முத்திரை

கை முஷ்டியைத் தன்னை நோக்கிப் பிடிப்பது புஸ்தக முத்திரை.



११-१७ व्याख्यानमुद्रा

दक्षिणांगुष्ठ - तर्जन्याग्रलग्ने परांगुलीः । प्रसार्य संहतोत्ताना एषा व्याख्यान मुद्रिका ॥

வ்யாக்க்யான முத்திரை

வலதுகைக் கட்டை விரலை ஆள் காட்டி நுனியுடன் சேர்த்து மற்ற விரல்களைச் சேர்த்து நீட்டினால் வியாக்கியான முத்திரை.

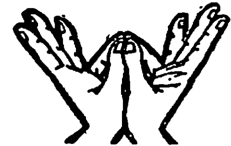
3-8 ஐப் பார்க்க

११-१८ सप्तजिह्वा

मणिबन्ध स्थिता कृत्वा प्रसृतांगुलिकौ करौ । कनिष्ठांगुष्ठ-युगले मिलित्वा अन्तः प्रसारयेत् ॥ सप्तजिह्वाख्य मुद्रेयं वैश्वानर प्रियंकरी ।

ஸப்தஜிஹ்வா

(அல்லது ஜ்வாலினீ) விரல்களை விரித்துக் கைகளை மணிக் கட்டுகளின் மேல் வைத்துச் சுண்டு விரல்களைக் கட்டை விரல்களுடன் உள்ளே சேர்த்து மற்ற விரல்களை நீட்டினால் ஸப்தஜிஹ்வா.

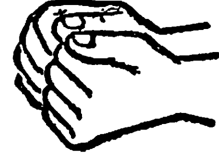


११-१९ कुम्भः

दक्षांगुष्ठ परांगुष्ठे क्षिप्त्वा हस्तद्वयेन तु। सावकाशमेकमुष्टिं कुर्यात् सा कुम्भ मुद्रिका ॥

கும்பம்

வலது கட்டை விரலை இடது கட்டை விரலுடன் சேர்த்து இருகைகளாலும் உள்ளே அவகாசம் விட்டு ஒரே முஷ்டி செய்யவும்.



११-२० प्रार्थन मुद्रा

प्रसृताङ्गुलिकाहस्तौ मिथः श्लिष्टौ च संमुखौ। कुर्यात् स्वे हृदये सेयं मुद्रा प्रार्थन संज्ञिका ॥

ப்ரார்த்தனு

இருகை விரல்களையும் விரித்துப்பக்க வாட்டில் தன்னை நோக்கிச் சேர்த்து இருதயத்தில் வைத்தால் பிரார்த்தனு.

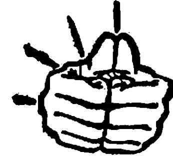


११-२१ कालकर्णिका

अंगुष्ठावुन्नतौ कृत्वा मुष्ट्योः संलग्नयोर्द्वयोः । तावेवाभिमुखौ कुर्यात् मुद्रैषा कालकर्णिका ॥

காலகர்ணிகா

கட்டை விரல்களை மேல் நோக்கி நீட்டி இரு முஷ்டிகளையும் சேர்த்துத் தன்னை நோக்கிப் பிடித்தால் காலகர்ணிகா.



११-२२ विस्मयमुद्रा

दक्षिणा निबिडा मुष्टिर्नासिकार्पित तर्जनी। मुद्रा विस्मय संज्ञा स्यात् विस्मयावेश कारिणी ॥

விஸ்மயமுத்திரை

வலது முஷ்டியின் ஆள்காட்டிவிரலை மூக்கின் மேல் வைத்தால் ஆச்சரியத்தைக் காட்டும் விஸ்மய முத்திரை.



நாத முத்திரை

११-२३ नादः

मुष्टिरूर्ध्वीकृतांगुष्ठा दक्षिणा नाद मुद्रिका ॥

வலது முஷ்டியை மேலே தூக்கிக் கட்டைவிரலை நீட்டினால் நாத முத்திரை.



பிந்து

११-२४ बिन्दुः

तर्जन्यंगुष्ठसंयोगादग्रतो बिन्दु मुद्रिका ॥

ஆள்காட்டி நுனியைக் கட்டை விரல் நுனியுடன் சேர்த்தால் பிந்து முத்திரை.



११-२५ लेलिहा

तर्जनीमध्यमानामाः समं कुर्यादधोमुखम्। अनामायां क्षिपेद् वृद्धां ऋज्वीं कृत्वा कनिष्ठिकाम्। लेलिहा नाम मुद्रेयं जीवन्यासे प्रकीर्तिता ॥

லேலிஹா

ஆள்காட்டி, நடுவிரல் மோதிரவிரல் ஆகியவற்றைச் சேர்த்துக் கீழ் நோக்கிப் பிடித்து நேராக நீட்டின சுண்டு விரலை மோதிர விரல் மேல் வைத்தால் லேலிஹா.



११-२६ महायोनिः

तर्जन्यनामिका-मध्यमाकनिष्ठा क्रमयोगतः। अंगुष्ठाग्रे तु निक्षिप्य करयो र्योजयत्येव कनिष्ठा मूलयोगतः। अंगुष्ठाग्रे तु निःक्षिप्य महायोनिः प्रकीर्तिता ॥

மஹாயோனி

இரு கைகளின் ஆள் காட்டி மோதிர விரல் நடுவிரல் சுண்டு விரல் ஆகியவற்றை வரிசையாகச் சேர்த்து கட்டை விரல் நுனிகளைச் சுண்டு விரல் அடிப்பர்வாவில் சேர்த்தால் மஹாயோனி.



११-२७ मुण्डमुद्रा

मध्यमेनाथ तर्जन्यां अंगुष्ठाग्रेण योजयेत्। दक्षिणं योजयेत्पाणिं वाममुष्टौ तु साधकः। दर्शयेद्दक्षिणे भागे मुण्डमुद्रेयमुच्यते ॥

முண்ட முத்திரை

இடது கை முஷ்டிக்குள் வலது நடுவிரலை வைத்து ஆள்காட்டியை கட்டை விரல் நுனியுடன் சேர்த்து வலது பக்கம் காட்டினால் முண்ட முத்திரை.



११-२८ अर्धयोनि

संयुक्तास्त्वंगुलीः सर्वा प्रसार्यांगुष्ठपर्वणा। अग्रेण च कनिष्ठाया अग्रेणापि च योजयेत्। करस्य दक्षिणस्येयं अर्धयोनिः प्रकीर्तिता ॥

அர்த்தயோனி

வலது கை விரல்களை நீட்டி சுண்டு விரல் நுனி யுடன் கட்டை விரல் நுனியையும் பர்வாவை யும் சேர்த்துப் பிடித்தால் அர்த்த யோனி.



११-२९ भगः

द्वयोर्मूले त्वंगुष्ठाग्र-मंगुलीश्च कनिष्ठयोः। नियोज्य प्रसृती कृत्य द्वे पाणी योजयेत् पुनः। भगमुद्रा च सा ख्याता लक्ष्मी वाणी शिवा प्रिया।

பகமுத்திரை

சுண்டு விரல்களின் அடிப்பர்வாவில் கட்டை விரல் நுனிகளைச் சேர்த்துச் சுண்டு விரல்களையும் ஒன்று சேர்த்து இருகைகளையும் ஒன்று சேர்த்தால் பகமுத்திரை. இது லஷ்மீ வாணீ சிவா மூவருக்கும் பிரியம்.



११.३० पुटकः

सर्वांगुलीना-मग्रौघं दक्षिणस्य करस्य च। संयोज्यैकत्र पुरतो निर्देशः पुटकः स्मृतः ॥

புடகம்

வலது கை எல்லா விரல் நுனிகளையும் ஒன்று கூட்டி முன்பாகக் காட்டுதல் புடகம்.

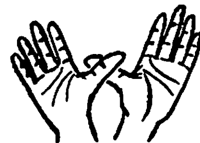


११-३१ परमीकरणी

अन्योन्यग्रथितांगुष्ठा प्रसारित-परांगुली । महामुद्रेयमुदिता परमीकरणे बुधैः ॥

பரமீகரணீ

கட்டை விரல்களை ஒன்றுடன் ஒன்று சேர்த்துப் பிடித்து மற்ற விரல்களை நீட்டினால் பரமீகரண மஹா முத்திரை என்று புத்திமான்களால் கூறப் படும்.



११-३२ भूतिनी

बद्ध्वा तु योनिमुद्रां वै मध्यमे कुठिले कुरु । अंगुष्ठेन तदग्रे तु मुद्रेयं भूतिनी मता ॥

பூதினீ

யோனிமுத்திரையில் கைகளைச் சேர்த்துப் பிறகு நடு விரல்களை வளைத்துக் கட்டை விரல்களின் நுனிகளுடன் சேர்த்தால் பூதினீ முத்திரை,



होम मुद्राः ॥ १२ ॥

12. ஹோம முத்திரைகள்

होममुद्रास्त्रयः प्रोक्ता मृगी-हंसी च सूकरी। तिलाज्ययो-र्मृगी मुद्रा हंसी च समिदाहुतौ। वाराही चरु होमे च होमे ष्वेवं विधिः स्मृतः ॥

ஹோமமுத்திரைகள் மூன்றெனக் கூறப்பட்டுள்ளன. அவை ம்ருகீ ஹம்ஸீ ஸூகரீ, எள்ளோ நெய்யோ ஹோமம் செய்வதில் ம்ருகீ முத்திரை. ஸமித் ஹோமத்தில் ஹம்ஸீ. சரு ஹோமத்தில் வாராஹி (அல்லது ஸூகரீ எனப்படுவது) விதிக்கப்பட்டுள்ளன,

सूकर्यंगुलि-संकोचै-र्हंसी मुक्ता कनिष्ठिका। कनिष्ठातर्जनी मुक्ता मृगी तु प्रोच्यते बुधैः ॥

எல்லா விரல்களையும் சுருக்கிச்சேர்ப்பது ஸூகரீ. சுண்டு விரலை விட்டு மற்றவைகளைச் சேர்ப்பது ஹம்ஸீ. சுண்டு விரலையும் ஆள்காட்டி விரலையும் விட்டுவிடுவது ம்ருகீ.

:: ஸூசீ ::

முத்திரைகளின் அகராதி

ஸமான	6-6
ஸம்புடம்	7-2
ஸம்முகீகரணீ	3-5
ஸம்முகோன்முகம்	7-15
ஸம்ஸ்தாபனீ	3-2
ஸம்ஹாரம்	3-9
ஸர்வஸம்க்ஷோபிணீ	5-1
ஸர்வவித்ராவிணீ	5-2
ஸர்வாகர்ஷிணீ	5-3
ஸர்வவசங்கரீ	5-4
ஸர்வோன்மாதினீ	5-5
ஸர்வமஹாங்குசா	5-6
ஸர்வகேசரீ	5-7
ஸர்வபீஜம்	5-8
ஸர்வயோனி	5-9
ஸர்வத்ரிகண்டா	5-10
ஸிஹ்மாக்ராந்தம்	7-21
ஸுமுகம்	1-1:7-1
ஸுவ்ருத்தம்	1-2
ஸௌபாகயதண்டினீ	11-8

ஹ (2)

ஹயக்ரீவம்	10-14
ஹ்ருதயம்	4-4

மொத்தம் 137

